

# LA SAUVAGE SARDAIGNE

Au coeur de la Méditerranée, sauvage et préservée la Sardaigne réserve d'insoupçonnées richesses au randonneur : les magnifiques chemins côtiers du golfe d'Orosei, les baignades dans les eaux turquoise de la mer Sarde et les villages préservés. Sans oublier la merveilleuse et délicieuse gastronomie italienne ! Après notre arrivée à Cagliari et une découverte de la ville, transfert pour l'Est et le massif du Supramonte. Découverte de Cala Gonone et de la partie nord du golfe d'Orosei. Randonnée vers la plage de Cala Luna, une des plus belle d'Europe que l'on atteint qu'à pied. Le lendemain découverte de la partie sud du golfe et du haut plateau du Golgo et de Santa Maria Naverrese. Ascension du punta Salinas pour une extraordinaire vue et plage de Cala Goloritze. Retour sur Cagliari et vol retour pour la France.

🚩 Regione	La Sicilia e le isole minori
📍 Attività	Hiking & Trekking
🕒 Durata	8 giorni
👥 Gruppo	5 a 8 persone
🏠 Codice	BISARD
💰 Prezzo	Da 995 €
🧑 Livello	3/5
🛏 Comfort	4/5
🚩 Lingua(e)	français

## ITINERARIO

### Giorno 1 Arrivée à Cagliari



Envol pour Cagliari, arrivée et installation à l'hôtel. Selon l'heure d'arrivée, temps libre pour visiter le centre-ville. A 19h, RDV avec notre guide et présentation du programme. Dîner libre

*Transfert en train de l'aéroport vers le centre*  
*Hébergement : hôtel*

### Giorno 2 Cagliari - Orgosolo : Le plateau de Pratobello



Après le petit déjeuner, nous rejoignons le plateau d'altitude de Pratobello, et débutons ce circuit par la découverte de la forêt de Montes, forêt de chênes verts séculaires. De là, nous ascensionnons le Monte Novo San Giovanni, dont les aiguilles atteignent jusqu'à 70 m de haut. Visite ensuite d'Orgosolo et découverte des « Murales ». Il s'agit de peintures murales, inspirées de celles que l'on peut trouver au Mexique, et qui ont une forte revendication sociale. Route pour Dorgali, installation pour 4 nuits en agritourisme

*Transfert en minibus privé*  
*3h de marche*  
*Dénivelés : +300/-300m*  
*Hébergement : Agritourisme*

### Giorno 3 Les Nuraghes de la Serra Orrios et Tiscali



Vous effectuez aujourd'hui une randonnée dans le massif du Supramonte. Vous débutez par le site de Serra Orrios, un village Nuraghe au coeur d'une plaine verdoyante, et vous vous dirigez vers le village de Tiscali (visite en option), niché au coeur d'une doline effondrée. Les vues sont splendides, et les questions nombreuses sur la population nuraghe qui fut la première à avoir colonisée l'île, dont on sait encore aujourd'hui peu de choses.

*Transfert en minibus privé*  
*4h de marche*  
*Dénivelés : +450/-450m*  
*Hébergement : Agritourisme*

### Giorno 4 Les gorges de Gorropu



Randonnée en direction des Gorges de Gorropu. Spectaculaires gorges karstiques, de plus de 300 mètres de profondeur, vous tentez de cheminer à travers les vasques et blocs de pierres pour avancer un peu au coeur des gorges et admirer les falaises et la faune sauvage qui y niche. Pour finir la randonnée, vous cheminez le long de la rivière et arrivez chez un agriculteur pour y déguster ses produits. Vins, charcuteries et fromages maisons !

*Transfert en minibus privé*

*4h de marche*

*Dénivelés : +300/-300m*

*Hébergement : Agritourisme*

#### 📍 **Giorno 5 Dorgali - Cala Luna - Dorgali**



Journée consacrée à la découverte de la partie nord de la côte du golfe d'Orosei : 40 km de hautes falaises surplombant la mer, de grottes et de magnifiques plages. Transfert matinal pour Cala Gonone d'où vous partez à pied pour rejoindre Cala Luna, considérée comme l'une des plus belles plages de Méditerranée, plage qui ne peut être atteinte qu'à pied ou en bateau. Arrivée à Cala Luna, temps libre pour une inoubliable baignade dans ses eaux cristallines puis retour à pieds ou en bateau (en supplément) vers Cala Gonone. Retour à notre hébergement, dîner et nuit

*Transfert en minibus privé et bateau*

*3h30 de marche*

*Dénivelés : +200/-200m*

*Hébergement : Agritourisme*

#### 📍 **Giorno 6 Dorgali - Pedra Longa - Santa Maria Navarrese**



Transfert matinal pour le sud du golfe. Une route de montagne panoramique nous emmène sur le haut plateau du Golgo, qui sert de pâturages, où il n'est pas rare de croiser un fameux cochon sauvage de Sardaigne ou un troupeau de chèvres en liberté. Balade sur les sentiers muletiers, parcouru couramment par les bergers et plantés ci et là des "cuili", abris typiques des bergers en bois de genévrier. Poursuite de notre randonnée par un sentier qui redescend sur la côte et rejoint le village de Santa Maria Navarrese, où nous nous installons pour deux nuits. Dîner et nuit à l'hôtel.

*Transfert en minibus privé*

*5h de marche*

*Dénivelés : +450/-1000m*

*Hébergement : Hôtel*

#### 📍 **Giorno 7 La cala Goloritze**



Transfert en minibus vers le plateau du Golgo et départ de votre balade en suivant une piste ombragée qui vous mène vers des vestiges nuragiques. A la sortie de la forêt, la vue se dégage sur un extraordinaire paysage qui embrasse presque tout le golfe d'Orosei. Descente depuis la Punta Salinas vers l'époustouflante plage de Cala Goloritze, une des plus belles plages italiennes. Temps libre pour profiter de la crique paradisiaque avant de revenir au véhicule. Retour à Santa Maria Navarrese. Dîner libre

*Transfert en minibus privé*

*4h30 de marche*

*Dénivelés : +550/-550m*

*Hébergement : Hôtel*

📍 **Giorno 8    Envol pour Paris**

Après le petit déjeuner, route vers Cagliari. Selon l'heure de votre vol, votre guide vous déposera soit en centre ville (où vous pourrez déposer vos bagages dans une consigne pour visiter la ville librement, puis vous vous rendrez en train à l'aéroport), soit directement à l'aéroport. Il est possible qu'il faille partir très tôt de Santa Maria Navarrese, pour permettre à ceux qui partent tôt de prendre leur vol en temps et en heure

Ce voyage a été construit en collaboration avec nos partenaires Huwans et Atalante, afin de vous proposer un plus grand nombre de départs garantis, tout en alliant nos savoir-faire et nos expériences du voyage. Par conséquent vous pourriez retrouver des voyageurs Huwans Atalante dans votre groupe.

Cet itinéraire est fourni à titre indicatif : suivant les conditions météorologiques et opérationnelles, votre guide accompagnateur peut en effet modifier cet itinéraire, pour votre sécurité et celle du groupe.

### Partenze per gruppi di lingua français:

Nessuna partenza ancora

Codice viaggio: BISARD

### Il prezzo include

- Les transferts tels que décrits (sauf les transferts depuis et pour l'aéroport de Cagliari)
- L'hébergement en base chambre double, en hôtel et en agriturismo
- La pension complète (du petit déjeuner du J02 au petit déjeuner du J08)
- Les taxes de séjour
- Les billets pour les sites historiques et naturels protégés (Tiscali, les gorges de Gorropu et la grotte des Bue Marino)
- L'encadrement par un accompagnateur francophone.

### Il prezzo non comprende

- Les vols internationaux et taxes d'aéroports au départ de Paris
- Les transferts depuis et pour l'aéroport
- Les repas des J1 et J8
- Les boissons et dépenses personnelles
- Les pourboires aux équipes locales (à votre discrétion)
- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 17€ par personne

### Osservazioni

Ce voyage a été construit en collaboration avec notre partenaire Huwans et Atalante, afin de vous proposer un plus grand nombre de départs garantis, tout en alliant notre savoir faire et notre expérience du voyage. Vous rencontrerez donc sans doute des voyageurs Huwans et Atalante dans votre groupe.

### Condizioni di pagamento e cancellazione

#### Condizioni di prenotazione

L'iscrizione ad una delle nostre attività o viaggi implica l'accettazione delle condizioni generali di vendita. Ogni cliente deve compilare con tutti i suoi dati il modulo di iscrizione. La prenotazione è accettata solo dopo il pagamento di un acconto dell'35% dell'importo totale del viaggio e comunque soggetta a disponibilità. Se la prenotazione viene effettuata entro 35 giorni dalla partenza, vi verrà richiesto di pagare il prezzo totale del viaggio al momento dell'iscrizione. Puoi effettuare il pagamento tramite bonifico bancario (SWIFT / IBAN) o con carta di credito direttamente sul sito. Una conferma di prenotazione ti verrà inviata via e-mail il prima possibile.

#### Fatturazione

Una volta che la prenotazione è stata registrata, ti invieremo la ricevuta via e-mail. Il saldo deve essere pagato almeno 35 giorni prima della data di partenza. Se il pagamento del saldo del viaggio non dovesse avvenire entro tali termini, Altaï Italia si riserva il diritto di annullare la prenotazione senza indennizzo.

#### Policy Cancellazione

Condizioni e costi di cancellazione:

Se, per qualsiasi motivo, dovessi cancellare il tuo viaggio, gli importi da te versati saranno rimborsati, salvo le seguenti trattenute:

- Oltre 31 giorni prima della data di partenza: 30% dell'importo totale del dossier (esclusa l'assicurazione).
- Tra 30 e 21 giorni prima della data di partenza: 40% dell'importo totale del dossier (esclusa l'assicurazione).
- Tra 20 e 14 giorni prima della data di partenza: 50% dell'importo totale del dossier (esclusa l'assicurazione).
- Tra 13 e 7 giorni prima della data di partenza: 75% dell'importo totale del dossier (esclusa l'assicurazione).

- Meno di 7 giorni prima della data di partenza: 100% dell'importo totale del dossier (esclusa l'assicurazione).

#### Casi particolari:

Indipendentemente dalla data di cancellazione o modifica del contratto, i seguenti costi si aggiungono al piano di cui sopra:

- **Costi fissi aerei:** Se il tuo biglietto aereo deve essere emesso con largo anticipo, spesso per evitare supplementi significativi, il 100% dei costi non rimborsabili sarà addebitato in caso di cancellazione o modifica del piano di volo. In questo caso, il piano di cui sopra si applica solo al prezzo del viaggio senza il volo.
- **Costi fissi terrestri:** I costi sostenuti in anticipo per prenotazioni ferme ti saranno addebitati in caso di cancellazione.
- **Costi assicurativi:** Che tu abbia stipulato un'assicurazione multirischi o un'assicurazione annullamento, l'importo dell'assicurazione è dovuto e non può essere rimborsato.

Queste condizioni specifiche ti verranno comunicate sulla conferma della prenotazione. Se sei obbligato a cancellare il tuo viaggio prima che inizi (data di partenza), devi informare Altaï Italia e l'assicuratore il prima possibile con qualsiasi mezzo scritto che ti consenta di ottenere un avviso di ricevimento (raccomandata A.R. o Pec). La data di ricezione della vostra lettera di annullamento o cancellazione che verrà utilizzata come data ufficiale di annullamento per fatturare eventuali costi.

Se Altaï Italia è costretta a cancellare una partenza di gruppo, a causa dell'insufficiente numero di partecipanti, la decisione sarà presa e i clienti informati al più tardi 21 giorni prima della partenza. Altaï Italia può inoltre annullare una partenza a seguito di eventi eccezionali, in particolare in caso di forza maggiore (eruzione vulcanica, eventi sociali, scioperi, maltempo) che possono compromettere la sicurezza dei partecipanti. In questi casi, i partecipanti verranno rimborsati per intero delle somme versate senza poter richiedere alcun risarcimento.

#### Modifiche al contratto di viaggio

In caso di modifica di un viaggio da parte del cliente con conseguenti costi per Altaï Italia, questi costi saranno a carico del cliente. In ogni caso, qualsiasi modifica sarà oggetto di un documento scritto. Altaï Italia può modificare elementi del contratto di viaggio in caso di eventi al di fuori del nostro controllo. I nostri clienti saranno informati per iscritto il prima possibile.

#### Prezzi e revisione dei prezzi

Per i viaggi di gruppo, i prezzi indicati sul sito Web sono stati calcolati e sono validi per il numero di partecipanti indicato per ciascun viaggio. Le tariffe sono confermate al momento della prenotazione. Se il numero di partecipanti è inferiore, può essere applicato un supplemento per piccoli gruppi. Per tutti i soggiorni o programmi, menzioniamo il prezzo per persona, valido da un determinato numero di partecipanti, e dettagliamo i servizi inclusi e non inclusi in questo prezzo. Qualsiasi variazione dei tassi di cambio, dei prezzi dei vari componenti di un viaggio e in particolare del prezzo del carburante può portare a un adeguamento del prezzo.

#### Cessione del contratto

In caso di cessione del contratto da parte del cliente a un cessionario, si applicano le condizioni di modifica e cancellazione.

#### Assicurazione

Ti invitiamo a stipulare una polizza assicurativa prima della partenza garantendo le attività praticate con Altaï Italia. I dettagli dell'assicurazione offerta sono disponibili su questa pagina: <https://italia.altabasecamp.com/fr/assurance>

Nel caso in cui non stipuli un'assicurazione con noi, ti preghiamo di inviarci le informazioni del tuo contratto di assicurazione via e-mail (nome della compagnia assicurativa, numero della polizza assicurativa, numero di telefono) e porta queste informazioni con te durante il tuo soggiorno.



## INFORMAZIONI PRATICHE

### Equipe

Vous retrouverez votre guide accompagnateur à votre hôtel le 1er soir.

Vous pourrez vous rendre facilement à l'hôtel en train ou en taxi.

Directement de l'aéroport, un bus vous mène dans le centre ville. Vous pouvez également préférer le taxi

### Alimentazione

Parce que la gastronomie italienne fait partie des plus riches et des plus savoureuses, nous portons une attention particulière au contenu des repas et à leur préparation.

- Midi : pique-nique préparés par nos guides avec des produits locaux
- Soir : Diners pris dans les hébergements

### L'eau

Durant votre séjour, les boissons, y compris l'eau, sont votre charge. Vous pouvez remplir vos gourdes d'eau dans les hébergements.

Si vous souhaitez de l'eau minérale, votre guide vous indiquera où en acheter.

### Alloggio

Un agriturismo est un hébergement rural, dont l'objet est la découverte des savoir-faire agricole d'un territoire, et par extension des paysages, des pratiques sociales et des spécialités culinaires découlant de l'agriculture. C'est l'hébergement de charme à l'italienne par excellence.

Les jours 6 et 7, vous serez logés dans un village côtier.

### Spostamenti e trasporti

L'ensemble de vos bagages doit être réparti dans 2 sacs : un sac de voyage de 20 kg maximum et un sac à dos (contenance max 35 l) pour vos affaires de la journée. Dans ce dernier, vous porterez le nécessaire : eau, pique nique que le guide répartira le matin, vêtements (pull, veste gore-tex...), appareil photo...

Nous vous conseillons de voyager le plus léger possible

### Mance

Il s'agit d'une pratique usuelle et non obligatoire. Selon votre satisfaction à la fin de votre voyage, il est d'usage de donner un pourboire à votre guide et à l'équipe locale. Il doit être adapté en fonction du niveau de vie du pays et de la durée de votre voyage. C'est votre geste d'appréciation par rapport à la prestation reçue. En accord avec votre guide, il pourra se charger de répartir cette somme à l'ensemble de l'équipe de manière équitable.

### Attrezzatura essenziale

- Chaussures de randonnée à tiges hautes de préférence. Ce sont les meilleures amies du randonneur. Elles doivent réunir trois qualités : solidité, bonne tenue du pied et de la cheville, et imperméabilité. Choisissez des chaussures à semelles antidérapantes et relativement rigides type "Vibram",
- Chaussures légères (tennis ou sandales) pour enfiler le soir dans les villes et villages
- Sous vêtements. C'est la première isolation que vous aurez, soignez la ! Des fibres techniques fines, comme la Carline ou la Polartec, sont très efficaces, chaudes, souples, confortables et légères. Elles séchent très rapidement
- Pantalons de randonnée
- Shorts
- Vestes polaires. Ces dernières sont résistantes, chaudes, légères et séchent rapidement. Les plus adaptées, bien connues des montagnards, sont les fibres Polartec, Carline et Ulfrotté.
- Tee-shirts (techniques de préférence)

- Cape de pluie ou veste imperméable type Gore-tex
- Chapeau ou casquette
- Maillot de bain et serviette de bain

## **Materiale**

---

- Trousse de toilette
- Serviette de toilette
- Paire de lunettes de soleil
- Crème de protection solaire (visage et lèvres)
- Lampe de poche ou frontale avec piles de rechange
- Gourde de 1.5 litres minimum, légère et isotherme
- Papier hygiénique et briquet
- Gel hygiénique
- Boîte plastique et hermétique de type "tupperware" pour le transport de vos pique-niques ainsi que des couverts
- Couteau de poche, multi-usages de préférence (à mettre en soute si vous prenez l'avion)
- Nous vous conseillons des bâtons de randonnée. Ils sont d'une aide précieuse pour économiser vos genoux à la descente (jusqu'à 30% de votre poids + celui de votre sac sont supportés par les bâtons) et soutenir votre effort à la montée (les bras aident en plus des jambes)
- Boussole

## **Bagagli**

---

Nous vous conseillons de répartir vos affaires de la façon suivante :

- Un petit sac à dos (35-40 litres muni d'une ceinture ventrale) : vous le conserverez avec vous dans l'avion en bagage à main et vous le porterez chaque jour (gourde, appareil photo, pull, pique-nique...)
- Un sac marin ou sac de voyage : il contiendra l'ensemble de vos affaires
- Une pochette antivol : portée au cou ou à la ceinture, recommandée pour les papiers.

## **Farmacia**

---

Votre accompagnateur disposera d'une pharmacie de première urgence pendant le circuit. Toutefois, il est recommandé aux participants d'apporter leurs médicaments : aspirine, antiseptique intestinal, petits ciseaux, tricotétil, crème de protection solaire visage et lèvres... Pensez également à vos pieds : pansements, compeed...

NB : Il n'y a pas d'antibiotiques "courants" dans la pharmacie commune. Aussi chaque participant doit apporter, s'il le souhaite, son propre traitement en fonction de sa tolérance.

## **Passaporto**

---

Oui mais non obligatoire (une carte d'identité suffit)

## **Visto**

---

Non

## **Carta d'identità**

---

Oui

## **Vaccini obbligatori**

---

Non

## **Raccomandazioni sanitarie**

---

Recommandations

Nous vous conseillons d'apporter votre carte européenne d'assurance maladie (CEAM). Elle permet de bénéficier d'une prise en charge sur place de vos dépenses de santé (soins médicaux et pharmaceutiques, hospitalisations). Au moins deux semaines avant



votre départ, demandez le formulaire à votre Centre de Sécurité Sociale. Toute les informations concernant cette carte sont disponibles sur le site : <http://www.ameli.fr>

En été, l'Italie connaît des températures très élevées dont doivent tenir compte en particulier les personnes âgées et les familles avec de jeunes enfants, surtout lorsqu'elles circulent en automobile, ou lors de certaines excursions.

## *Clima*

---

Le climat dépend de la région, mais en règle générale il fait très chaud en été, en particulier dans le sud de l'Italie. L'automne est en revanche d'une exquise douceur, la température de la mer autorise des bains jusqu'en novembre. Le printemps est incontestablement la meilleure période pour randonner en Italie.

## *Turismo responsabile*

---

Altaï Italia oeuvre depuis toujours pour un tourisme plus responsable et s'inscrit dans une démarche d'organisation de voyages respectant des principes équitables et durables. L'harmonisation des pratiques assure :

- Une juste répartition des retombées économiques
  - L'amélioration des conditions de travail des équipes locales et leur sensibilisation à la protection de l'environnement
  - L'information des voyageurs au respect des populations locales et de l'environnement et le recueil de leurs ressentis à leur retour
- Adoptez, vous aussi, des gestes simples lors de vos voyages et agissez ainsi en faveur d'un tourisme responsable :
- Évitez de laisser des déchets derrière vous : déposez les dans des poubelles ou ramenez les avec vous
  - Utilisez l'eau potable avec parcimonie (préférez les douches aux bains et signalez les fuites) et évitez de la gaspiller (préférez les savons biodégradables pour vous laver etc.)
  - Évitez de dégrader des sites culturels : ne touchez pas les statues, ne déplacez pas pierres et objets etc
  - Préférez les échanges aux dons (des cadeaux trop importants au vu du niveau de vie du pays peuvent déstabiliser l'équilibre économique local)
  - En balade, notamment dans certains écosystèmes fragiles, observez la faune à distance, ne sortez pas des sentiers, limitez le piétinement et ne rapportez pas de « souvenirs » : renoncez à cueillir des fleurs rares, à ramasser des fossiles etc
  - Dans certains hôtels, vous disposerez d'une climatisation individuelle. Il est vivement recommandé pour éviter la surconsommation énergétique et les émissions de gaz à effet de serre de la couper systématiquement lorsque vous n'êtes pas présent dans la chambre.

**MAPPA**

